KURSY KORESPONDENCYJNE GOSPODARSTWA DOMOWEGO

ROK I 1930 r. ZESZYT 18.



Opłata pocztowa uiszczona ryczałtem.

Prawo przedruku zastrzeżone

KURSY KORESPONDENCYJNE GOSPODARSTWA DOMOWEGO

PRZY TOW. WYD. „BLUSZCZ"

ROK I ZESZYT 18 1930 r.

REDAKCJA I ADMINISTRACJA WARSZAWA, PLAC ZAMKOWY 9.
SEKRETARJAT REDAKCJI CZYNNY CODZIENNIE, OPRÓCZ NIEDZIEL I ŚWIĄT, OD G. 11-ej DO 1-EJ. TEL. 289-40

WYCHODZI 1-GO I 15-GO KAŻDEGO MIESIĄCA

GRUPA III. WYKŁAD 11.

PRAWO W PRZYSTOSOWANIU DO ŻYCIA

Magister Praw ANDRZEJ NAWROCKI

Prawo spadkowe.

Prawem spadkowem nazywamy ogół norm prawnych, regulujących losy majątku na wypadek śmierci osoby, do której należał. Główną zasadą prawa spadkowego jest, że majątek po śmierci właściciela przechodzi jako całość na inne osoby — dziedziców zmarłego, a w zależności od tego, czy osobę spadkobiercy oznacza przepis ustawy, czy też wola spadkodawcy, mówimy o dziedziczeniu ustawowem, lub dziedziczeniu testamentowem. Spadkobiercy ustawowi powołani są do spadku nietylko wówczas, gdy zmarły wogóle nie sporządził testamentu (względnie nie zawarł umowy dziedziczenia), lecz i we wszystkich innych wypadkach, gdy niema spadkobiercy powołanego rozporządzeniem ostatniej woli, jak np. gdy ustanowienie dziedzica okaże się nieważne, dziedzic oznaczony w testamencie spadku nie przyjmie i t. p.

B. zabór rosyjski.

Do dziedziczenia z mocy *ustawy* w pierwszym rzędzie powołani są krewni zstępni zmarłego, przyczem w tej klasie dziedziców stosuje się bez ograniczeń zasadę zastępstwa. Zastępstwo polega na tem, że w miejsce nieżyjącego członka rodziny, który brałby udział w dziedziczeniu, wchodzą pewne osoby z prawami zastąpionego. Jeżeli wszyscy zstępni spokrewnieni są ze zmarłym w pierwszym stopniu (dzieci), dziedziczą oni w równych częściach według głów, jeżeli zaś bądź niektórzy, bądź wszyscy powołani są do spadku na mocy zastępstwa, dziedziczą w równych częściach według szczepów. Gdyby więc zmarły miał troje dzieci, z których w chwili otwarcia się spadku, jedno już nie żyje i nie pozostawiło po sobie potomków, pozostałe przy życiu dzielą się spadkiem po połowie (według głów), gdyby jednak zmarłe dziecko pozostawiło po sobie potomków, wchodzą oni na mocy zastępstwa w miejsce nieżyjącego rodzica i otrzymują trzecią część spadku (dziedziczenie odbywa się wówczas według szczepów: troje dzieci — trzy szczepy). Ponieważ zastępstwo w tej kategorji dziedziców ma miejsce bez ograniczenia, więc w miejsce nieżyjącego dziedzica wejść mogą nietylko jego dzieci, lecz w braku ich także wszyscy dalsi potomkowie: wnuki, prawnuki i t. d. Potomkowie dziedzica, którzy biorą udział w spadkobraniu w drodze zastępstwa, pomiędzy siebie dzielą otrzymany spadek w równych częściach według głów, o ile wszyscy są jednego

stopnia, lub znowu według szczepów, jeżeli w podziale uczestniczy na mocy zastępstwa krewny stopnia dalszego.

Jeżeli zmarły nie pozostawił ani potomstwa, ani rodzeństwa, ani jego zstępnych, to spadek dzieli się po połowie pomiędzy wstępnych linji ojczystej i wstępnych linji macierzystej. Zasada zastępstwa nie ma tutaj zastosowania wogóle, a więc wstępny, spokrewniony ze zmarłym w stopniu najbliższym, otrzymuje całą, przypadającą na jego linję, połowę spadku, wykluczając wstępnych dalszych. Kilku wstępnych jednej linji, a tego samego stopnia dzieli się spadkiem według głów. Pozatem krewni wstępni zmarłego dziedziczą z wyłączeniem wszystkich innych krewnych z wyjątkiem jego potomków, przedmioty przez siebie spadkodawcy darowane, a jeżeli przedmioty te zostały zbyte, dziedziczą ich wartość szacunkową.

Jeżeli zmarły bezpotomnie pozostawił zarówno rodziców jak i rodzeństwo lub jego potomków, wówczas spadek przypada w połowie rodzicom, w połowie zaś rodzeństwu. Gdyby jednak w podobnych warunkach żyło tylko jedno z rodziców zmarłego, to część, któraby przypadła rodzicowi nieżyjącemu, zostaje przyłączona do połowy należnej rodzeństwu spadkodawcy, które więc w ten sposób dziedziczy trzy czwarte części spadku.

Spadek osoby, która zmarła bezpotomnie i której rodzice nie żyją, przypada w całości rodzeństwu lub jego potomkom z wyłączeniem krewnych wstępnych i innych krewnych bocznych.

Jeżeli wreszcie zmarły nie pozostawił rodzeństwa, względnie jego potomstwa, ani też krewnych wstępnych z którejś linji, spadek przechodzi w połowie na żyjących wstępnych i w połowie na najbliższego krewnego z drugiej linji, przyczem pozostałemu przy życiu ojcu lub matce służy użytkowanie na jednej trzeciej części majątku, którego nie odziedziczyli na własność.

Krewni dalsi niż w dwunastym stopniu nie dziedziczą, w braku więc uprawnionych do dziedziczenia z jednej linji, linja druga otrzyma spadek w całości.

Dzieci nieślubne tylko wtedy mogą dziedziczyć po ojcu lub matce, jeżeli zostały prawnie uznane; do majątku pozostawionego przez krewnych ojca lub matki nie mają praw żadnych. Udział dziecka nieślubnego w spadku pozostałym po ojcu lub matce wynosi:

a) $^1/_3$ tego, co otrzymałoby jako dziecko ślubne, jeżeli spadkodawca pozostawił potomstwo prawe,

b) $^1/_2$ spadku, gdy zmarły nie pozostawił zstępnych, lecz tylko wstępnych lub rodzeństwo,

c) $^3/_4$ spadku, gdy zmarły nie zostawia ani zstępnych, ani wstępnych, ani rodzeństwa,

d) cały spadek, gdy brak jest krewnych uprawnionych do dziedziczenia.

Gdy zmarły nie pozostawia ani krewnych uprawnionych do dziedziczenia, ani dzieci naturalnych, spadek po nim przechodzi na jego małżonka, a gdy i on nie żyje, staje się własnością państwa.

Pozostały przy życiu małżonek ma pozatem następujące prawa do majątku zmarłego:

a) jeżeli zmarły pozostawił dzieci, małżonek otrzymuje w dożywotnie użytkowanie taką część spadku, jaką otrzymałoby każde z dzieci, gdyby przy podziale spadku liczyć tegoż małżonka za 1 dziecko (gdyby np. pozostało troje dzieci, małżonek otrzyma w użytkowanie $^1/_4$); służy przytem małżonkowi prawo wyboru między częściami;

b) jeżeli niema dzieci, lecz są krewni zmarłego nie dalsi jak w 4-tym stopniu, małżonek otrzymuje na własność $^1/_4$ spadku;

c) gdyby pozostali po zmarłym tylko krewni dalsi, małżonek otrzyma na własność $^1/_2$ spadku.

Niezdolnemi do rozporządzania majątkiem zapomocą *testamentu* są osoby umysłowo chore i małoletnie do lat 16; małoletni, którzy ukończyli 16-ty rok życia, mogą rozporządzać w testamencie połową majątku.

Rozróżniamy testamenty własnoręczne, testamenty sporządzone przez akt publiczny i testamenty tajemne. Pierwszy z nich musi być w całości napisany, datowany i podpisany ręką testatora. Testament w formie aktu publicznego sporządzany jest w obecności dwóch notarjuszy i dwóch świadków, lub w obecności jednego notarjusza i czterech świadków; testament taki spisuje notarjusz pod dyktandem testata, który go następnie podpisuje (o ile testator jest niepiśmienny, sporządza się odpowiednią adnotację); oprócz spadkodawcy powinni podpisać testament także wszyscy świadkowie, jednak na wsi wystarczą podpisy połowy, to jest jednego względnie dwóch świadków. Testament tajemny może być spisany bądź przez testatora, bądź przez osobę drugą, testator musi go jednak podpisać; testator po opieczętowaniu dokumentu wręcza go notarjuszowi wobec sześciu świadków z oświadczeniem, że zawiera on jego ostatnią wolę, a z czynności tej sporządza się na samym dokumencie t. zw. akt nadpisu, który podpisują wszyscy obecni.

Pewne ułatwienia przewiduje prawo przy sporządzaniu testamentów przez wojskowych, oraz przez osoby znajdujące się na morzu lub w miejscach, z któremi komunikacja odcięta jest wskutek panowania choroby zakaźnej.

Pod względem treści dzielimy rozporządzenia testamentowe na ogólne, pod tytułem ogólnym i szczególne. O rozporządzeniu ogólnem mówimy wówczas, gdy zmarły zostawia jednej lub kilku osobom cały swój majątek. Rozporządzenie pod ty-

tułem ogólnym ma miejsce wtedy, gdy testator rozporządza częścią swego majątku, np. połową, jedną trzecią lub też wszystkiemi ruchomościami i t. p. Wreszcie rozporządzenie szczególne polega na zapisie pewnych określonych wyraźnie rzeczy. Spadkodawca ograniczony jest w swobodzie rozporządzenia swym majątkiem w drodze testamentu przez prawa, które kodeks przyznaje do jego majątku pewnym kategorjom krewnych. I tak: osoba która ma jedno dziecko ślubne, może rozporządzić na rzecz innych osób tylko połową majątku; przy dwojgu dzieciach — $^1/_3$; przy większej liczbie — $^1/_4$. Przez nazwę dzieci należy tu rozumieć i dalszych potomków, którzy jednak liczeni są tylko za to dziecko, które zastępują. Jeżeli zmarły pozostawił wstępnych w obu linjach, może rozporządzić połową majątku, jeżeli w jednej tylko linji — $^3/_4$.

Na dziedziców przechodzą nietylko aktywa. należące do spadku (rzeczy, wierzytelności), lecz także i passywa (długi), ciążące na majątku spadkodawcy, za które dziedzic odpowiada nietylko majątkiem spadkodawcy, lecz i majątkiem własnym. Od tej zasady zachodzi wyjątek w razie zastrzeżenia przez dziedzica, że przyjmuje spadek z dobrodziejstwem inwentarza. Skutkiem takiego zastrzeżenia dziedzic odpowiada za długi spadkowe tylko do wysokości aktywów spadku, a jego osobisty majątek nie ulega połączeniu z majątkiem spadkowym, dzięki czemu spadkobierca zachowuje prawo żądania zapłaty z majątku zmarłego swoich pretensyj.

B. ziemie wschodnie.

Warunkami ważności *testamentu* są: pełnia rozsądku i przytomności (nieważne są testamenty samobójców), oraz ukończenie 21 lat. Pod względem formy odróżniamy dwa rodzaje testamentów – notarjalny i prywatny. Testament notarjalny sporządza się w obecności notarjusza i trzech świadków, przyczem oryginał zostaje wpisany do księgi aktów, a wypis wydaje się testatorowi. Testament prywatny może być pisany własnoręcznie przez testatora lub pod jego dyktando; w pierwszym wypadku musi on być podpisany przez testatora i 2 świadków, w drugim — przez testatora, piszącego i 3 świadków. Za nieumiejącego lub niemogącego się podpisać testatora podpisuje z jego upoważnienia osoba dobrana poza zwykłą liczbą świadków. Testament należy pod groźbą nieważności złożyć do zatwierdzenia sądowi okręgowemu (notarjalny w odpisie) w ciągu roku od śmierci testatora, jeżeli osoba, która go składa, mieszka w kraju, a w ciągu dwu lat, jeżeli mieszka zagranicą. Testamenty prywatne zatwierdza sąd po zbadaniu świadków na okoliczności, czy testament pochodzi od zmarłego i czy zmarły, sporządzając go, znajdował się w pełni rozsądku i przytomności. Pewne ułatwienia przewidziane są dla testamentów sporządzonych przez wojskowych, na okrętach państwowych podczas wojny i na statkach handlowych.

Dziedziczenie ustawowe zachodzi, jeżeli zmarły testamentu nie zostawił lub testament jego został unieważniony. W pierwszej linji powołani są do dziedziczenia potomkowie zmarłego z tem, że żyjący potomek wyklucza od dziedziczenia potomków własnych, natomiast w miejsce potomka zmarłego wchodzą jego potomkowie. Podział spadku odbywa się w równych częściach według szczepów. Przykład: zmarły miał troje dzieci, z których jedno w chwili otwarcia się spadku nie żyje, ale pozostawiło potomków — po $^1/_3$ spadku otrzymają żyjące dzieci spadkodawcy, pozostałą $^1/_3$ otrzymają potomkowie zmarłego dziecka, którzy zowu podzielą ją między siebie w sposób identyczny. Przy podziale majątku ziemskiego, gdy są synowie i córki, każda córka otrzymuje $^1/_7$, a synowie dzielą się resztą w równych częściach; jeżeli jednak schedy córek, ustalone w ten sposób, okazałyby się większe od sched synów, dzieli się cały majątek ziemski między synów i córki narówni. Do majątku ziemskiego zalicza się także należący do niego inwentarz.

Jeżeli zmarły nie pozostawił potomstwa, majątek spadkowy dzieli się pomiędzy jego rodzeństwo, według zasad przyjętych przy dziedziczeniu zstępnych. W braku potomstwa zmarłego, rodzicom jego przysługuje na majątku spadkowym tylko dożywotnie użytkowanie, z wyjątkiem majątku, który dziecku podarowali, bo ten wraca do nich na własność. Żona niezależnie od innych dziedziców otrzymuje po śmierci męża siódmą część jego majątku nieruchomego i czwartą ruchomego; do części przypadającej żonie nie wlicza się posagu ani majątku, stanowiącego własność żony, bez względu na to, czy został przez nią nabyty przed, czy po ślubie. Prócz tego żona dziedziczy taką część z majątku ojca męża, jakaby przypadła jej zmarłemu mężowi, gdyby w chwili otwarcia się spadku po ojcu pozostawał przy życiu; jeżeli zmarły małżonek pozostawił tylko majątek ruchomy, wdowa ma nawet za życia teścia prawo do siódmej części nieruchomości, któreby w razie ustawowego dziedziczenia przypadły w spadku jej mężowi. Analogicznie przedstawiają się prawa męża do majątku jego zmarłej żony. Spadek bezdziedziczny, oraz spadek, do którego nie zgłoszą się uprawnieni w przeciągu 10 lat od ostatniego ogłoszenia, przechodzi na własność państwa. Dziedzic, przyjmujący spadek, odpowiada za długi spadkowe także całym majątkiem osobistym. Jeżeli spadkobiercy nie dokonają podziału spadku w ciągu dwu lat od czasu jego otwarcia, podział zostaje przeprowadzony przez właściwy sąd.

HIGJENA ŻYCIA CODZIENNEGO

Mag. dietetyki MARJA MORZKOWSKA.

Higjena skóry. Higjena narządów zmysłów: oka, ucha.

Skóra jest narządem, którego nie doceniano przez dłuższy czas. W wykładzie o racjonalnem przewietrzaniu mieszkania zaznaczyłam, że oddychanie skórą uznano obecnie za ważniejsze niż oddychanie płucami.

Skóra składa się z naskórka i skóry właściwej, łączy się ona z mięśniami zapomocą tkanki łącznej. Skóra jest to tkanka łączna, obfitująca w dużą ilość włókien elastycznych i klejorodnych. Posiada gruczoły potowe i łojowe. Na powierzchni skóry znajdujemy włosy i paznokcie, pochodzenia naskórkowego. Dolna część włosa, t. zw. cebulka włosowa, w postaci czepeczka, posiada obfitą ilość naczyń krwionośnych. Włosy są niekiedy tłuste, niekiedy zbyt suche. Stąd też przy myciu należy używać mydła i środków kosmetycznych zależnie od gatunku i stopnia natłuszczenia włosów *).

Skóra prócz tego, że chroni ciało nasze od wpływów zewnętrznych, jest regulatorem temperatury. Skóra jest siedliskiem całej ilości wrażeń, nie znosi twardej wody (miękką otrzymujemy przez gotowanie lub dodanie nieznacznej ilości sody, amonjaku).

Mycie się mydłem jest nietylko procesem chemicznym, ale i fizycznym. Mycie pozbawia skórę brudu, czyni ją odporniejszą na zmiany temperatury, pobudza krwiobieg i reguluje wymianę gazów, t. j. oddychanie.

Myć należy codzień *całe ciało*. Najlepiej uskuteczniać to pod wodą bieżącą lub też po namydleniu spłókiwać każdą część ciała świeżą wodą. Już rzymianie, a między nimi najznakomitsi rozumieli ogromną doniosłość kąpieli ogólnych i nie zadawalali się jedynie sławą wodzów, ale budowali łaźnie miejskie. W Polsce, a szczególnie w stolicy, zaczęto budować różne łaźnie i kąpiele miejskie i wiele prywatnych zakładów kąpielowych. Niestety jednak jeszcze nie każdy z nas może mieć wieczorem w domu ciepłą kąpiel!

Odróżniamy kąpiele zwykłe, ciepłe i gorące. Kąpiel zimna działa na ustrój nerwowy podniecająco, zwiększa nieco ciśnienie krwi i przyśpiesza przemianę materji. Kąpiele ciepłe wręcz odwrotnie: działają uspokajająco na nerwy, obniżają ciśnienie krwi, oddechy stają się płytsze.

Dla osób dorosłych potrzeba na kąpiel 200 do 300 litrów, dla dzieci 70—150 litrów wody. Temperatura kąpieli zimnych powinna wynosić od 15° C do 20° C, letnie 21—28° C, ciepłe 29—36° C i gorące około 40° C i nieco powyżej. Kąpiel powinna trwać 10 — 30 minut chłodna, a gorąca o wiele krócej.

Czystość jamy ustnej powinna być przestrzegane od wczesnego dzieciństwa.

Pożywienie człowieka pierwotnego było twardsze, nie pozbawione łusek, które zastępowały dzisiejszą szczoteczkę do zębów.

Dbałość o czystość jamy ustnej musi się rozpocząć jak tylko dziecko przechodzi z pożywienia płynnego na dietę mieszaną, t. j. z 2-gim rokiem życia. Szczoteczka musi być odpowiednich rozmiarów dla danego osobnika, nie za duża, aby mogła swobodnie się poruszać po powierzchni zębów między wargami i policzkami. Szczoteczka nie powinna być za miękka — nie mogąca wydostać resztek jedzenia z pomiędzy zębów, lub zbyt twarda — drażniąca miękki naskórek jamy ustnej.

Zęby czyścić najlepiej proszkiem, posuwając szczotkę w kierunku z góry na dół, nigdy wpoprzek zębów, gdyż w ten sposób ściera się emalję.

Zęby należy czyścić dostatecznie często, aby zapobiec fermentacji z tworzeniem się szkodliwych kwasów. Najlepiej wprowadzić zwyczaj czyszczenia zębów zaraz po każdem jedzeniu i przed pójściem spać.

Najważniejsze czyszczenie jamy ustnej jest przed nocnym spoczynkiem, gdyż podczas snu tkanki muskułów jamy ustnej są w spoczynku, wydzieliny gruczołów ślinowych znacznie zmniejszone, w ten sposób dają możność niepodzielnemu panowaniu kwasotwórczych bakteryj.

Higjeniczne utrzymanie szczoteczki do zębów ma niemałe znaczenie w ogólnej higjenie ciała. Przekonano się, że szczoteczka wypłókana w wodzie po użyciu i schowana w naczyniu zamkniętem stanowiła podłoże o większej ilości bakteryj, niż szczotka po wypłókaniu w gorącej wodzie i zostawiona w przewiewnem miejscu do wyschnięcia.

Co pół roku powinno się chodzić do dentysty dla obejrzenia stanu jamy ustnej i zębów, aby zapobiec psuciu się zębów i chorobom dziąseł.

Ręce i paznokcie należy myć mydłem i szczoteczką, przed każdem jedzeniem i bezpośrednio po każdem wypróżnieniu.

Włosy myć często, t. j. co kilka dni (7—9)

*) Dla skóry łuszczącej się, używa się mydła przetłuszczonego, posiadającego prócz soli sodowych pewną ilość wolnego tłuszczu.

w spienionem mydle i spłókiwać pod bieżącą, najpierw ciepłą, potem letnią wodą.

Higjena odzieży bezpośredni ma wpływ na higjenę skóry. Człowiek pierwotny używał skór zwierzęcych do okrycia nagości, lub też plecionek z włókien roślinnych, zwierzęcych, lub kory. Okrycie to umożliwiało pożądane przewietrzanie skóry i umiarkowane parowanie, a co za tem idzie, i regulację ciepła. Ciepło, jak już mówiliśmy w poprzednich wypadkach, odchodzi od nas przez promieniowanie, przewodzenie, parowanie. Okrycia nasze powinny odpowiadać tym warunkom, to znaczy, powinny posiadać zdolność pochłaniania płynów, światła, i przewodnictwo cieplne. Największą zdolność pochłaniania posiadają włókna lniane (porównajmy ścierkę lnianą, bawełnianą, kawałek wełny), następnie bawełniane, jedwabne i wełniane. Kolor czarny pochłania najwięcej promieni, biały najmniej, dlatego to latem ubieramy się w jasne tkaniny, zimą w ciemne.

Futra są okryciem najcieplejszem, gdyż pomiędzy włosiem znajduje się powietrze, które się ogrzewa i którego ciepło nie ma wolnego ujścia. Najhigjeniczniejszą jest bielizna z tkaniny wełniano-jedwabnej. Wełna powoli wchłania i wydala płyny, a więc pot, czy to wilgoć z zewnątrz, chroniąc od zaziębienia. Jedwab jest gorszym niż wełna przewodnikiem ciepła i dlatego w tkaninach jedwabnych jest ciepło w zimie, a chłodno w lecie. Przytem jedwab jest nadzwyczaj łatwy do prania, ale już nie jest tak odpowiedni na bieliznę, jak cienka tkanina wełniano-jedwabna. Ponieważ jednak tkaniny wełniano-jedwabne są jedynie zagraniczne i bardzo kosztowne, zastępujemy je tanią bielizną bawełnianą. Bielizna i ubranie bawełniane lub lniane ma tą wyższość nad innemi, że można ją gotować, co ze względów higjenicznych jest bardzo ważne. Bielizna i ubranie kobiece są bardziej higjeniczne od ubrania męskiego. Wełniane ubranie męskie nie może być prane i gotowane jak suknie kobiece. Pod sukniami wełnianemi należy nosić zawsze bluzki z cienkiego perkalu lub sztucznego jedwabiu, które często można prać. Dzieci w Anglji — kraju wełny i w Ameryce noszą na codzień nawet w zimie bawełniane sukienki i ubranka, ale za to cienką wełnianą bieliznę pod spodem, aby zewnętrzne ubranie często mogło być prane i zmieniane. U nas dzieci chodzą zbyt długo w ubraniu wełnianem niepranem.

Higjena łóżka jest u nas również niedocenioną. Mało kto zdaje sobie sprawę, że w łóżku spędzamy jedną trzecią część naszego życia. Łóżko powinno mieć dostęp wolnego powietrza z trzech stron, t. j. tylko jedną krawędzią (wezgłowia) dotykać ściany. Pościel codziennie powinna być przewietrzana, t. j. materace przewrócone, kołdra i poduszka na pół do jednej godziny przynajmniej wystawiona na działanie świeżego powietrza i słońca. Dwutlenek węgla nagromadza się w pościeli w ciągu nocy i przed następnem pójściem na spoczynek trzeba pościel całkowicie od niego uwolnić. Inaczej może powodować bezsenność, bóle głowy, jako objawy zatrucia. Wystawianie pościeli na słońce ma również i inne dodatnie znaczenie. W godzinach rannych oko ma pewien wymiar normalny i odchylenia od niego warunkują daleko lub krótko-wzroczność. W życiu praktycznem można się o tem przekonać, obserwując ludzi podczas czytania, czy zbliżają książkę do oczu, czy też oddalają. Normalna odległość między okiem a książką powinna wynosić 25—30 cm. Krótki wzrok charakteryzuje szkolarzy, t. j. ludzi, przesiadujących nad książką i pisaniem. Tacy powinni nosić szkła wklęsłe — rozpraszające, dalekowidze noszą szkła wypukłe — skupiające. Dalekowzroczność cechuje ludzi starszych, których soczewka traci elastyczność i nie może się odpowiednio uwypuklać. W obu wypadkach należy zastosować szkła.

Źródło światła przy pracy powinno znajdować się z lewej strony (dla praworęcznych). Zbyt wielkie zarówno jak zbyt małe natężenie światła jest szkodliwe.

Ilość światła niezbędna na 1 m^2 podłogi wynosi: w pokoju przy pracy — 5 do 6 świec: w klasie — 5 do 9 świec; w jadalni — 4 do 6 świec; w pokoju chorego — 1 do 2 (z uwzględnieniem, że przy tem świetle chory nie czyta).

Czynnikami wadliwie wpływającemi na nasz wzrok są wszelkie gazy trujące, kurz i nieodpowiednie oświetlenie. Pod żadnym pozorem nie należy dotykać się oczu. Żadne przemywanie zdrowych oczu nie powinno mieć miejsca.

Higjena *ucha* polega na myciu go codziennem. Skręcony koniec wilgotnego ręcznika należy wprowadzić w owtór zewnętrzny ucha, ruchem obrotowym. Wystrzegać się należy używania ostrych przedmiotów (szpilek, etc.) do czyszczenia uszu, gdyż mogą one uszkodzić błonę bębenkową.

Szczególnie intensywnie czynne są promienie t. zw. ultrafioletowe słońca. Naświetlanie niemi skóry (przez ubranie, z wyjątkiem prawdziwego jedwabiu, nie przechodzą), pościeli, bielizny, a nawet pożywienia, ma bardzo dodatni wpływ na naszą przemianę materji.

Dzieci należy przyzwyczajać do spania bez poduszki lub na bardzo małej poduszce. Kołdra najlepiej biała, wełniana, odpowiednia do prania, powłoczki z płótna lub bawełniane. Przytem materace włosiane na sprężynowych łóżkach stanowić powinny resztę składowych części pościeli. Duże poduszki, pierzyny, piernaty — powinny być usunięte.

Obuwie higjeniczne powinno być takie, aby nie uwierało stopy, dając jej możność swobodnego poruszania. Dla kobiet najlepsze są t. zw. półbuciki na obcasie 3—4 cm. Obcas taki jest konieczny do podparcia nogi. U nas jest bardzo dobry zwyczaj robienia obuwia na obstalunek. Stąd zapewne w Polsce rzadkie są dolegliwości t. zw. „plat-fuss".

Higjena narządów zmysłów. Dla człowieka najważniejszemi narządami zmysłów są: wzrok i słuch. Inne zmysły, jak węch, dotyk są u ludzi w przeciwieństwie do zwierząt, małoznaczne. Rozwijają się one wtedy, gdy jeden ze zmysłów najważniejszych jest upośledzony.

Higjena oka. Oko znajduje się w oczodole, chronione powiekami, brwiami od potu, rzęsami od kurzu i zbyt silnego światła. Fizycznie przedstawia się oko jako ciemnia optyczna. Składa się z białkówki, t. j. twardówki, przechodzącej z przodu w rogówkę, naczyniówki, odżywiającej oko i siatkówki z zakończeniami nerwowemi. Z przodu znajduje się tęczówka, za nią soczewka, o którą odbijają się promienie świetlne.

GRUPA IX. WYKŁAD 8.

KUCHNIA CODZIENNA

PANI ELŻBIETA.

Mięso smażone. Ryby.

Najprędszym, najłatwiejszym a stąd najczęściej praktykowanym, szczególniej w małych gospodarstwach sposobem przyrządzania mięs jest smażenie ich. Smażymy zwykle mięso pokrajane na nieduże kawałki.

Do smażenia używamy głównie wszelkich mięs rzeźniczych: wołowiny, cielęciny, baraniny i wieprzowiny i podrobów z nich: wątróbki, móżdżka, cynaderek. Pozatem smażymy bardzo młode kurczęta, wszelkie kotlety i filety z drobiu i zwierzyny.

Jako przygotowanie do smażenia mięs stosujemy wybijanie go specjalnym młotkiem lub wałkiem. Ma to na celu zmiękczenie, skruszenie mięsa. Wybijania takiego nie należy nadużywać, wybijając mięso zbyt mocno, rozbijamy w niem włókna, przy smażeniu cały sok z niego wypływa, staje się ono suchem i twardem. To też tam, gdzie chodzi o zachowanie dużej ilości soków mięsnych, jak przy befsztykach, rumsztykach, filetach, kotletach baranich, należy się ograniczyć tylko na lekkiem zrównaniu mięsa i nadaniu mu żądanego kształtu, co można uskutecznić kilkakrotnem przyciśnieniem na płask dużym, kuchennym nożem lub tasakiem. Mocniej wybijać można mięsa, które przed smażeniem mają być panjerowane. Tutaj warstwa tartej bułki, mąki i jaj broni mięso od zbytecznej utraty soków, jest to nawet poniekąd cel panjerowania. Panjerowanie wykonywa się zwykle w ostatniej chwili, przed ułożeniem sznycli lub kotletów na patelnię z rozgrzanym tłuszczem. Chodzi o to, aby warstwa ochronna z bułeczki tartej nie miała czasu rozmoknąć, a przez to odpaść z mięsa.

Każde mięso przeznaczone do smażenia należy pokrajać i wybić, ewentualnie tylko ładnie ukształtować na godzin parę przed smażeniem. Mięso krajane i zbijane, w ostatniej chwili w smażeniu mocno się kurczy i nieładnie wygląda w podaniu.

W celu nadania kruchości mięsu i mocnego zrumienienia a nie przypalenia kawałków, smarujemy befsztyki, rozbratle i kotlety baranie oliwą i dajemy im tak poleżeć. Wszystkie te trzy gatunki mięs smażonych, należy smażyć w bardzo małej ilości tłuszczu na bardzo silnie rozegrzanej patelni. Chodzi tu o ten sam proces szybkiej karmelizacji powierzchni mięsa, gwałtownego jej zrumienienia, co i przy pieczeniu. W tym samym celu można powierzchnię mięs lekko przypudrować mąką, jednak w tak małej ilości, aby ta mąka smażąc się nie uformowała zaprażki na sos, lub nie była przyczyną przypalenia mięsa.

Wybornym sposobem smażenia wyżej wymienionych mięs po angielsku, czyli z zachowaniem różowej części wewnętrznej, jest użycie do tego frytury wołowej, która przy bardzo wysokiej temperaturze się nie pali. Gdy befsztyki ładnie z obu stron zrumienione, fryturę odlewamy, na patelnię kładziemy kawałek masła, dajemy mu tylko się rozpuścić i z tem masłem podajemy mięso do stołu. Mięso w taki sposób usmażone jest zupełnie strawne, gdyż frytura wołowa mocno rozpalona nie przenika do jego wnętrza. Wszystkie te mięsa solimy, ewentualnie lekko pieprzymy w ostatniej chwili przed smażeniem. Wątróbki, móżdżków, cynaderek zwykle nie panjerujemy z jajkiem a tylko osypujemy mąką i smażymy niedługo, aby nie stwardniały i w bardzo obficie rozpuszczonym tłuszczu, najlepiej czystem maśle, gdyż to masło się podaje wraz z niemi do stołu.

Mięsa panjerowane, przeważnie białe, smaży się na znacznie mniej gorącym, natomiast obfitszym

tłuszczu. Chodzi o to. aby powierzchnia bułeczki ładnie się zrumieniła, jednak na kolor znacznie jaśniejszy niż przy mięsach czarnych, niepanjerowanych. Najładniej się takie mięsa rumieni na szmalcu lub topionej słoninie. Masło przy wysokiej temperaturze łatwo się przypala. Dla osób o delikatnych żołądkach należy do masła dodawać część dobrej, francuskiej oliwy. W smaku się tego dodatku nie odczuwa, a smażone mięso się nie przypala. Mięsa białe soli się dopiero na patelni i to po przewróceniu już na drugą stronę. Bardzo drobno solą posypujemy leciuchno zrumienioną powierzchnię. Wcześniej osolone mięso białe czerwienieje. Także samo soli się wątróbkę i cynaderki, osolone wcześniej twardnieją.

Specjalnym, bardzo smacznym sposobem przyrządzania jest smażenie w obfitym tłuszczu. Sposób ten u nas do mięs jest prawie nie używany. Stosujemy go jednak często przy różnych fantazyjnych potrawach z resztek mięsnych jako to różne krokiety, paszteciki drożdżowe i z parzonego ciasta; przy smażeniu ryb drobnych, a szczególniej pączków — to też dopiero przy tych rozdziałach będzie on szczegółowiej omówiony.

Pozostaje mi powiedzieć słów kilka o daniach z mięsa siekanego czy mielonego, a zatem o kołdunach, zrazach i klopsach. Mięso na nie powinno być przed użyciem doskonale wyżyłowane, gdyż ostra maszynka poprzecina i rozdrobni żyły i ścięgna, a po usmażeniu będą one psuły smak mięsa. Bułka do siekanych mięs powinna po wymoczeniu być doskonale odciśnięta i nie należy jej dodawać zbyt dużo, najwyżej czwartą część w stosunku do racji mięsa. Jaj się bierze jedno na czterdzieści deka mięsa, czyli na pół kilo masy kotletowej. Za dużo jaj powoduje stwardnienie kotletów lub siekanej pieczeni. Cebulę się dodaje przesmażoną na maśle, oprócz tego należy zaromatyzować mięso, dodając po trosze ziela i pieprzu, majeranku lub koperku. Mięsa siekane panjeruje się jak zwykle lub tylko tarza w mące i smaży w obfitym tłuszczu. Po przewróceniu na drugą stronę dobrze jest przykryć patelnię miską; kotlety pod nią rosną i stają się pulchne. Po usmażeniu kotletów trzeba je jeszcze na minut kilka wsunąć z patelnią pod blachę aby doszły wewnątrz. Klops i zrazy zwykle dochodzą w sosie, w którym je dusimy. Mięso siekane powinno być dobrze przesmażone.

Ryby gotowane, smażone i pieczone.

Przy przyrządzaniu ryb ogromną rolę odgrywa należyte ich sparzenie i oczyszczenie. Ryby o dużych, grubych łuskach — jak karpie, leszcze i karasie, lub o delikatnej, łatwo się zdzierającej skórce — jak sandacze i łososie należy czyścić specjalną tarką, zaczynając od ogona i posuwając się ku głowie. Ryby o drobnej łusce a twardej skórze — jak szczupak, najlepiej jest golić. Polega to na ściąganiu bardzo ostrym nożem całych pasków zewnętrznej ciemnej skórki wraz z łuską. Pozostaje spodnia, biała skórka i ryba ma ładny, apetyczny wygląd. Ten drugi sposób wymaga jednak pewnej zręczności i wprawy. Liny o bardzo drobnej łusce a bardzo smacznej skórce, należy czyścić najdelikatniejszą tarką lub wprost tylko grubym piaskiem czy żwirem. Także samo grubym piaskiem ściągamy łuskę ze skóry suma, miętusa lub węgorza. Ściąganie skóry z tego ostatniego jest przesądem starych kucharek. Skóra węgorza jest bardzo tłusta i dodaje dużo smaku rosołom lub sosom z niego gotowanym. A jest tak delikatna, że przy jedzeniu, widelcem już na talerzu doskonale usunąć się daje.

Przy czyszczeniu ryby, a szczególniej przy przecinaniu jej brzucha należy zachować dużą ostrożność aby nie rozdusić żółci, znajdującej się w małym, czarniawym woreczku niedaleko głowy. Rozgniecenie jej grozi nadaniem goryczy całej rybie, toteż wyjmując wnętrzności, należy ją conajprędzej usunąć. Pęcherz ryby i kiszki wyrzucamy, natomiast wątroba, mlecz i ikra pozostają do dalszego użytku, toż samo tłuszcz, który w okazalszych sztukach, w postaci cienkich pasków znajduje się pomiędzy kiszkami. Tłuszcz ten wrzucamy do smaku gotowanego na rybę. Wątroba niektórych ryb, jak głównie miętusa stanowi wielki przysmak, toż samo mlecz i wątroba karpia i wątroba szczupaka. Ikra gotowana lub smażona rzadko bywa usuwana, używamy jej na różne pulpety i paszteciki, przyrządzamy z niej rodzaj kawioru lub też używamy zamiast białek do klarowania rosołów i galaret rybnych.

Zdania, co do sposobów gotowania ryb, są podzielone. Jednak powagi kulinarne każą je gotować w zupełnie ostudzonym, wpierw nagotowanym smaku z jarzyn i korzeni, inne — kłaść na wrzątek. I jeden i drugi sposób mają swe dobre i złe strony. Włożona do zimnego smaku ryba się nie kruszy, zachowuje ładny kształt, jednak dłużej trzymana w płynie, musi oddać większą część smaku i części pożywnych temu płynowi, który oczywiście, jeżeli zostanie użyty na zupę, sos lub galaretę, będzie esencjonalniejszy, smaczniejszy i pożywniejszy. Odwrotnie, we włożonej do wrzącego smaku rybie, białko na powierzchni się ściągnie i przeszkodzi wyługowaniu wewnętrznych części ryby, czyli zachowa jej więcej smaku. Natomiast ryba gotowana gwałtownie, nieraz się kurczy, pęka i t. p. Przy gotowaniu dużych sztuk, a szczególniej karpi, które mają duże i twarde głowy, należy wanienkę z już ugotowaną rybą odsunąć na brzeg blachy, przykryć pokrywą lub w kilkoro złożonem płótnem i

trzymać tak kwadrans, aby głowa, która jest bardzo smaczna i ma dużo części jadalnych, doszła. Ryby po sprawieniu soli się grubą solą i trzyma tak nasolone godzinę lub parę godzin, zależnie od rozmiaru sztuki. Przed gotowaniem sól się starannie ściera miękką ściereczką. Niezależnie od tego smak jarzynowy powinien być osolony, jak na zwykły rosół, gdyż inaczej wyciągnąłby zbyt dużo smaku z ryby. Ryby gotowane podajemy zwykle w całości; bardzo duże, jak jesiotra, suma, łososia w całem dużem dzwonie, jak były kupione. O sosach do nich, żeby się nie powtarzać, będę mówiła w specjalnym dziale sosów.

Smażymy ryby mniejsze w całości, większe, pokrajane na dzwona, jeszcze większe ponadto przepołowione od głowy do ogona, napłask i po usunięciu z nich dużych ości. Głów z ryb nie należy używać do smażenia. Zużywa się na to dużo tłuszczu, a korzyści z nich mało, lepiej je ugotować na smak do zupy lub do sosu. Głowy bardzo dużych ryb, jak jesiotrów, łososi i sumów używa się specjalnie na wyborne zupy i rosoły. Drobne ryby często panjerujemy do smażenia, czyli maczamy w mące, rozbitem jajku i tartej bułeczce. Ryby w kawałkach zwykle tylko maczamy w mące. I jedną i drugą czynność należy wykonać w ostatniej chwili przed położeniem na patelnię. Smażymy rybę zawsze w obfitym tłuszczu: na fryturze wołowej, na szmalcu lub na maśle. To ostatnie jednak łatwo się przypala, należy więc do niego dodawać dobrej oliwy.

Rzadziej pieczemy ryby, gdyż na to są potrzebne duże sztuki. Pieczemy więc duże sandacze, szczupaki i karpie — te ostatnie dwa gatunki wyborne są owinięte plastrami słoniny i dopiero upieczone. Wyborne są ryby pieczone „au gratin“, czyli pokryte warstwą grzybów, masła, bułeczki, sera; sposób ten należy już do wykwintnej kuchni i tam będzie dokładniej opisany.

Duży dział ryb stanowią ryby faszerowane. Ze szczupaka, sandacza, karpia lub dorsza zdejmuje się ostrożnie skórę z cienką warstwą mięsa. Resztę mięsa obranego z ości sieka się drobno z dodatkiem bułki wymoczonej w wodzie lub mleku, cebuli utartej na surowo na tarce lub przesmażonej w maśle, jaj i korzeni. Skórę nadziewa się niezbyt pełno, zaszywa grubemi nićmi i gotuje lub piecze, jak całą rybę. Z siekanych ryb całych, po usunięciu tylko łbów, skór i ości, przyrządza się różne kotlety, zrazy i krążki, dalej postępując z niemi, jak z kotletami z mięsa. Podaje się je z kartoflami, różnemi sosami, lub okłada niemi jarzyny. O galaretach, majonezach i marynatach z ryb będzie szczegółowa mowa przy kuchni wykwintnej.

Bardziej pospolitym sposobem przyrządzania ryb jest zapiekanie ich w śmietanie lub w śmietanowym sosie z cebulą. Najczęściej tak przyrządzamy karasie i liny. Mogą one być wpierw smażone lub gotowane, przyczem dodanie do sosu lub śmietany większej ilości smażonej cebuli znakomicie podnosi smak potrawy. Ryby morskie traktujemy zupełnie tak samo, jak rzeczne i jeziorowe.

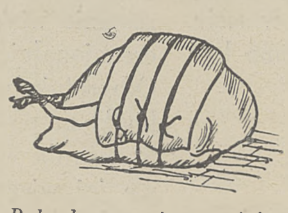
Dorsze i kabljany należy przed użyciem sparzyć wrzątkiem i zdjąć z nich zewnętrzną i wewnętrzną, wyściełającą jamę brzuszną, skórę. Wraz z nią usuniemy zapach morszczyzny, który nie wszyscy lubią. Dobrze jest, po zdjęciu skóry, natrzeć rybę sokiem cytrynowym i tak z godzinę przed smażeniem lub gotowaniem potrzymać. Wszelkie ryby morskie z gatunku śledzi, czyli merlany, sielawy morskie, szprotki, nadają się raczej do smażenia, niż do gotowania.



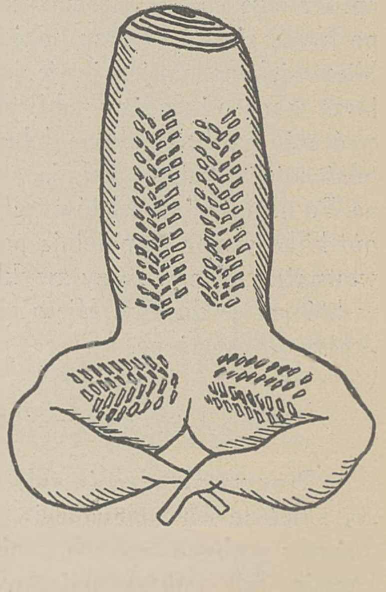
Obciągając zająca ze skóry powiesić go za tylne skoki.



Perliczki szpikuje się obficie słoninką.



Pulardy są najsmaczniejsze jeżeli je owiniemy w cienkie platy słoniny.



Sposób szpikowania zająca paskami słoniny.

HODOWLA KWIATÓW DONICZKOWYCH

WANDA DOBRZAŃSKA

Krępla — Yucca. Kręple są cenne, jako rośliny dekoracyjne do przybrania słonecznych balkonów, kwietników dywanowych, wreszcie do ustawienia na schodach, dekorowania werand i t. p. Nadzwyczajnie wytrzymałe, zimują doskonale w ubikacjach zimnych, a nawet pozbawionych pełnego światła. W okresie półsnu zimowego podlewać należy bardzo umiarkowanie, dbając o to, aby pień nie zaczął gnić, co zdarza się często pod wpływem nadmiernej wilgoci. Najsilniejsze i najzdrowsze okazy krępli nie wytrzymują zimowania w pokojach ogrzewanych, gdyż w cieple tracą liście. Natomiast wiosną i latem doskonale znoszą pełną operację słoneczną i wymagają dużo wody.

Kręple lubią ziemię mocną. Młode okazy trzeba przesadzać raz na rok, najlepiej wczesną wiosną przed przeniesieniem na otwarte powietrze. Młode okazy rzadko kiedy zakwitają — starsze, o ile są odpowiednio przezimowane, wydają łodygę kwiatową, która pokrywa się pięknemi białemi kwiatami w formie dzwonków.

Krępla, jako roślina o typie czysto pokojowym, nie znajduje szerokiego zastosowania, gdyż w zimie musi być usunięta z pokoju mieszkalnego i jak już wyżej wspomniałam, przeniesiona do nieogrzewanego pokoju, lub do widnej piwnicy. Natomiast dla posiadaczy ogrodów, lub małych nawet ogródków, jest bezcenną rośliną dekoracyjną, nie wymagającą wiele zachodu i wegetującą długie lata.

Wśród odmian krępli najczęściej spotykaną u nas i najgodniejszą polecenia jest *Yucca Recurvata* i *Yucca Filamentosa,* która tworzy dekoracyjny krzew, zakwitający co roku.

Po omówieniu pielęgnacji roślin najczęściej spotykanych w mieszkaniach, należy poświęcić słów kilka hodowli roślin doniczkowych, która polega na rozmnożeniu zapomocą: siewu, lub sadzonek.

Siew. Wysiewamy nasionka w ziemię lekką, która nie grozi zakwaśnieniem. Najidealniejszem podłożem dla kiełkującego nasienia jest piasek, lub ziemia z piaskiem wymieszana, dostarczają one bowiem zarówno ciepła, jak i umiarkowanej wilgoci — jedynych warunków, niezbędnych prawidłowemu kiełkowaniu.

Zarówno doniczka, jak i skrzyneczka, której używamy częściej pod zasiewy, muszą być zaopatrzone w otwór, czy otwory i pokryte na dnie warstwą skorupek, aby w ten sposób zapewnić odpływ wody.

Siew należy wykonać rzadko, a gdy nasienie skiełkuje, usunąć nadmiar roślinek, odrzucając słabsze, aby w ten sposób zapobiec bujaniu i miernemu rozwojowi, wynikającemu z braku miejsca.

Przed siewem należy dobrze ucisnąć ziemię i wyrównać jej powierzchnię. Po ukończeniu siewu przykrywamy nasienie warstwą piasku, równającą się grubością, grubości nasienia. Zwyczajne podlewanie, takie, jakie stosujemy przy pielęgnacji roślin już wykształconych, nie jest wskazanem, gdyż nasionka łatwo spłynąć mogą jeżeli poruszymy warstwę ziemi, która je przykrywa. Najlepszym sposobem dostarczenia potrzebnej wilgoci będzie zroszenie ziemi zapomocą rozpylacza.

W okresie kiełkowania można swobodnie umieścić doniczki, skrzyneczki, lub miski użyte pod zasiew w miejscu ciepłem, lecz zacienionem, przenosząc je natychmiast po ukazaniu się kiełków na parapet okienny, gdzie korzystać powinny ze światła, chronione starannie od zbyt ostrych promieni słonecznych przez osłonki z bibułki, lub cienkiej, białej tkaniny, któremi odgradzamy je od słońca.

Gdy tylko zasiew wzejdzie, a roślinki wykształcą się na tyle, że można już przenieść je bez obawy zniszczenia, trzeba przystąpić do tak zwanego pikowania, czyli przesadzania. Do pierwszego przesadzenia używamy dużych doniczek, sadząc w nich po kilka, lub kilkanaście roślinek, zależnie od ich wielkości. Sadzić co 1, 2 do 3 cm. Siewki, które wyszły z dużych ziarn, nie wymagają takiej ostrożności, jak delikatne, maleńkie, które wyszły z drobniutkiego nasienia. Pierwsze łatwo można uchwycić palcami, a podważywszy tępym patyczkiem od spodu wyjąć z ziemi, natomiast te drugie przenosimy nie palcami, a specjalnie zastruganem drewienkiem, które nacinamy na czubku w kształcie lekko rozwartego kąta. Przed wyjęciem siewki należy patyczkiem wzruszyć piasek dokoła niej, poczem podłożyć zastrugane drewienko pod dolne listki i wspartą na niem roślinkę unieść delikatnie do góry. Dla maleńkich siewek robimy w ziemi zagłębienia, wpuszczamy w nie siewkę, aż po liścienie i ugniatamy ziemię dokoła roślinki.

Po ukończeniu przesadzania zraszamy siewki i powierzchnię ziemi zapomocą rozpylacza i przykrywamy doniczkę kawałkiem szkła, lub kloszem szklanym, aby wytworzyć w ten sposób ciepłą i wilgotną atmosferę, która sprzyja szybkiemu zakorzenieniu.

Po upływie mniej więcej tygodnia można usu-

nąć przykrycie, podlewać umiarkowanie i spulchniać raz na tydzień ziemię dokoła roślinek, aby uprzystępnić dopływ powietrza do ziemi i zabezpieczyć ją od pleśnienia. Ciągle jeszcze chronić przed ostrą operacją słoneczną, jednak trzymać w pełnem świetle na parapetach okiennych, cieniując lekko tylko w godzinach południowych. Gdy roślinki wykształcą już drugą parę listków, nadchodzi chwila powtórnego ich przesadzenia. Teraz dajemy każdej poszczególnej roślinie oddzielną maleńką doniczkę. Sadzić trzeba tak, aby bryłka korzeniowa, z którą wyjęliśmy roślinkę z ziemi, wypadła mniej więcej o 1 cm. poniżej brzegu doniczki. Ziemię należy dawać lekką, wymieszaną z piaskiem, przepuszczalną.

Następne przesadzenie będzie miało miejsce z chwilą, kiedy korzonki osnują całkowicie bryłę ziemi i zaczną dotykać ścianek, o czem łatwo przekonać się, wyjąwszy delikatnie roślinę, wraz z bryłą, z doniczki. Przed ostatecznem przesadzeniem, które pozwoli roślinie wegetować już czas dłuższy w jednej i tej samej doniczce, należy lekko spulchnić korzenie, poruszając bryłę tępo zastruganym patyczkiem, tak, aby czubki korzonków wystawały na zewnątrz i mogły łatwo wejść w kontakt z nowem podłożem. Doniczkę dajemy o 1—2 numerów większą, niż poprzednia, zakładamy na dno dren (skorupka, kawałek węgla drzewnego), pokrywamy go warstwą ziemi, ustawiamy na niej, pośrodku, roślinkę wraz z bryłą i osypujemy ziemią pożywną, dostosowaną rodzajem do odmiany rośliny. Na wierzch dajemy również warstwę świeżej ziemi i ugniatamy ją mocno palcami. W doniczce trzeba pozostawić ,zależnie od jej wielkości, 1—2 cm. wolnej przestrzeni, aby woda przy podlewaniu miała się gdzie pomieścić. Po każdem przesadzeniu natychmiast podlać roślinę i utrzymywać ziemię w umiarkowanej wilgotności, dopóki korzenie nie wejdą w ścisły kontakt z nowem podłożem, a roślina nie odzyska świeżego rzeźkiego wyglądu. Gdy rosnąć i rozwijać się zacznie, można, a nawet trzeba zwiększyć dawkę wody.

Spulchnianie ziemi w doniczkach, nie rzadziej jak co 8—10 dni, jest zabiegiem koniecznym.

Roślinom, które szybko i bujnie rosną, trzeba dać paliki, dostosowując ich grubość i wysokość do wzrostu rośliny.

Do przywiązywania używać rafji, lub łyka. Przywiązywać luźno, uważając, aby palik nie dotykał rośliny.

Sadzonkowanie. Odpowiednią porą do robienia sadzonek są miesiące: luty, marzec; lipiec, sierpień.

Wybierając odpowiednie pędy na sadzonki, pamiętajmy o tem, że do najlepszych zaliczyć należy pędy wierzchołkowe, młode (nie starsze niż roczne) 5—10 cm. długie. Najodpowiedniejszą będzie gałązka jednoroczna, lekko zdrewniała. Bardzo młode i delikatne pędy trudno się ukorzeniają i gniją, gdy je posadzimy w ziemi. Ważną też rzeczą jest branie sadzonek z roślin pokojowych, jeżeli hodować je mamy w pokoju. Sadzonki pochodzące z roślin hodowanych w cieplarni trudniej się ukorzeniają w atmosferze pokoju mieszkalnego.

Sadzonkę ucinamy ostrym nożykiem tuż pod ostatnim pozostawionym na niej listkiem, który usuwamy przed posadzeniem. Ilość listków, z jaką utniemy pęd, jest ściśle zależna od wielkości odstępów pomiędzy listkami. Sadzonka powinna zatem mieć od 3 do 5 listków pojedyńczych, lub par listków. Ostatni liść, pod którym wykonane zostało cięcie, trzeba uciąć przy samej łodydze, inaczej zagłębiony w ziemi zgnije.

Sadzonki, aż do ukorzenienia, trzymamy w gruboziarnistym piasku, ziemi piaszczystej, albo w ziemi torfowej. Sadzimy je pojedyńczo w małych doniczuszkach, lub masowo w miskach, skrzyneczkach, dużych donicach. Po posadzeniu zraszamy rozpylaczem i przykrywamy: pojedyńcze sadzonki, ustawiając na nich szklankę dnem do góry, sadzone masowo, kloszem szklanym, lub taflą szkła. W wilgotnej, ciepłej atmosferze, jaka wytworzy się łatwo pod przykryciem, ukorzenienie następuje bardzo szybko, szczególniej u roślin o wybitnej łatwości wypuszczania korzeni. Sadząc unikamy zadrażnienia powierzchni pędu, to też nie należy wtłaczać go w ziemię, a wpuścić w otwór, zrobiony patyczkiem i mocno obcisnąć.

Przez okres pierwszych dwóch tygodni dostarczamy sadzonkom wilgoci przez zraszanie ziemi. Naczynie z sadzonkami ustawiamy w miejscu ciepłem, lecz lekko zacienionem. Klosz, lub szklankę obcieramy codziennie od wewnątrz, a gnijące listki usuwamy. Gdy sadzonka nabierze świeżości i żywej barwy, przyzwyczajamy ją powoli do dopływu powietrza, uchylając stopniowo klosz, przez podłożenie drewienka, wreszcie po kilku dniach usuwamy go zupełnie.

O silnem ukorzenieniu przekonamy się, obserwując sadzonkę, która rośnie wprost w oczach. Jest to chwila odpowiednia do przeniesienia jej do osobnej małej doniczki. Wyjmując sadzonki podważamy piasek palcem, lub tępo zastruganym drewienkiem, starając się nie naruszyć korzeni. W miarę wzrostu rośliny koniecznem staje się przeniesienie jej do większej doniczki, jednakże unikać należy zbyt jaskrawych przeskoków, a przesadzając dawać doniczki najwyżej o 1—2 numerów większe od poprzednich.

Wśród roślin doniczkowych wiele jest takich, które dla silnego rozgałęzienia lub obfitego kwitnie-

nia wymagają uszczykiwania, lub przycinania pędów.

Zapomocą cięcia nadajemy też piękny, prawidłowy kształt źle uformowanym roślinom.

Zbyt długie gałązki skracamy zazwyczaj o $^2/_3$ długości. Przycinać należy wiosną i to zawsze roślinę już przesadzoną i doskonale w nowem podłożu ukorzenioną. Zapomocą cięcia można też łatwo przywrócić, lub nadać piękny kształt rozwichrzonej, zaniedbanej, starej roślinie. Mirty, ułanki, pelargonje, begonje krzaczaste, hortensje, złocienie znoszą doskonale przycinanie.

Zasilanie. Zasilamy nawozami sztucznemi, lub krowieńcem jedynie rośliny zdrowe, w pełni rozwoju i tylko w okresie silnej wegetacji i kwitnienia. Roślin chorych, lub pogrążonych w półśnie zimowym zasilać nie należy.

Do najidealniejszych pożywek dla roślin doniczkowych należy krowieniec. Przykra woń, jaką wydaje, utrudnia jednak stosowanie go w hodowli roślin pokojowych, to też staramy się zastąpić nawóz naturalny, nawozami pomocniczemi, jak: potaż, superfosfat, saletra chilijska, lub mieszanki gotowe, w skład których wchodzą pożywki, potrzebne roślinie.

Stosowanie nawozów sztucznych działa wybitnie na rozwój liści — mniej na kwitnienie.

Przy stosowaniu nawozów sztucznych trzeba pamiętać o zachowaniu drobiazgowej ostrożności, inaczej łatwo zniszczyć roślinę przez spalenie korzeni. Dawką, niezagrażającą roślinie, będzie:

saletry chilijskiej — 1—1$^1/_2$ gr.,

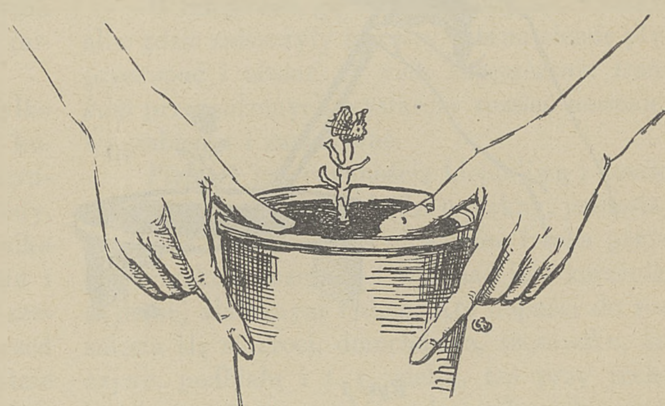
potażu, lub superfosfatu — 2—2$^1/_2$ gr.

na litr wody, jeeżli zasilamy rośliny przez podlewanie, a te same ilości w stosunku do litra ziemi, jeżeli posypujemy ziemię po wierzchu.

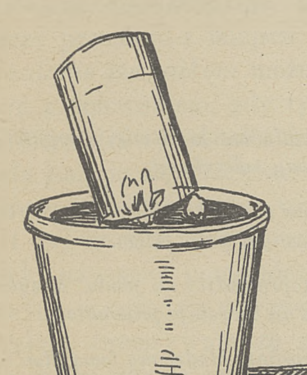
Zasilać rośliny najlepiej wieczorem (po zachodzie słońca), wybierając dzień pochmurny, ciepły, lecz nie wybitnie upalny, lub chłodny. Zasilać w odstępach dwutygodniowych.



Rys. 1



Rys. 3

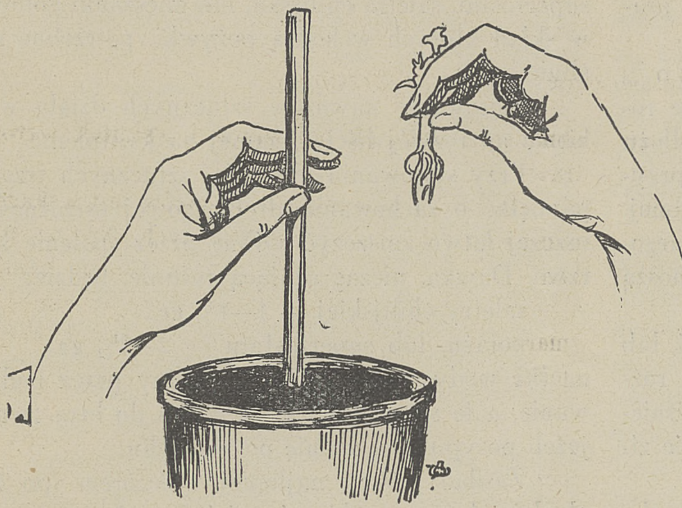


Rys. 2

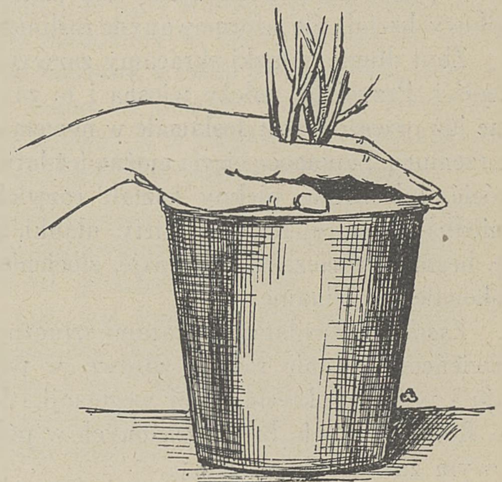
Rys. 1. Sadzonka ucięta prawidłowo i przygotowana do posadzenia.

Rys. 2. Ukorzenioną sadzonkę przyzwyczajamy powoli do dopływu powietrza, uchylając stopniowo szklane przykrycie przez podłożenie drewienka.

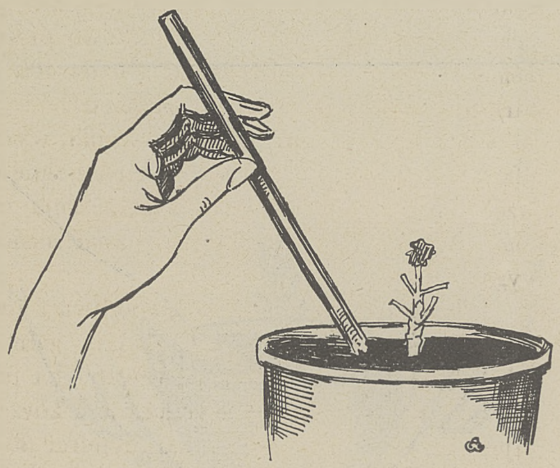
Rys. 3. Po posadzeniu mocno ucisnąć ziemię palcami.



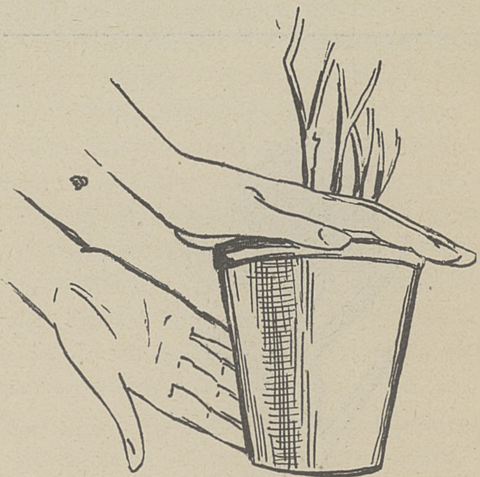
Rys. 4



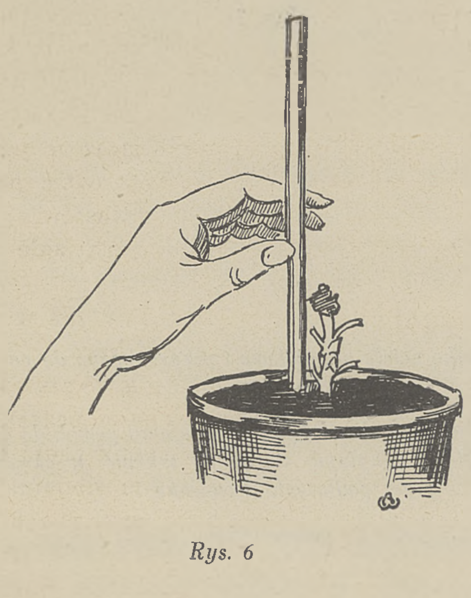
Rys. 7



Rys. 5



Rys. 8



Rys. 6

Rys. 4. Sadzonki nie należy wtlaczać w ziemię, a wpuścić w otwór zrobiony koleczkami.

Rys. 5. Przesadzając ukorzenione sadzonki podważamy ostrożnie płasko zastruganym patyczkiem.

Rys. 6. Sadzić pośrodku — doprowadzić do pionu. Krzywo posadzona roślinka nigdy nie wegetuje prawidłowo.

Rys. 7. Przesadzając większe rośliny, kładziemy lewą dłoń na powierzchni ziemi, a łodygę przesuwamy pomiędzy palcami.

Rys. 8. Prawą ręką uderzamy w doniczkę ruchem prawidłowym, aby obruszyć bryłę, poczem wywracamy doniczkę dnem do góry i zdejmujemy ją delikatnie z bryły, która spoczywa na lewej rozwartej dłoni.

OGRÓDKI

Ogrodnik Architekt STANISŁAW SCHOENFELD.

Trawniki. Drogi (dokończenie). *Drzewa i Krzewy.*

Strzyżenie trawników trzeba wykonywać często, co 10 do 14 dni, żeby zapobiec tworzeniu się kwiatostanów i żółknięciu dolnych piórek. Tylko łąkowe trawniki można ciąć na zbiór siana dwa do trzech razy w ciągu roku. Pierwsze korzenie młodych trawników musi być wykonana ostrą kosą, gdy roślinki dosięgną 8—10 cm., poczem ścięte piórka trzeba zmieść miękką miotłą lub szczotką, a trawnik zwałować lub ubić. Jeszcze i drugie cięcie należałoby też wykonać kosą, a dopiero później, gdy się trawa dobrze zakorzeni i rozkrzewi, można używać maszynek do strzyżenia, zawsze jednak starannie zmiatając ścięte źdźbła trawy. Koszenie maszynką trzeba powtarzać co tydzień, bo jeśli trawa podrośnie, to maszynka jej nie bierze i powstają nieuzasadnione skargi na sprawność narzędzia. Gdzie maszynka nie ma dostępu, tam trzeba ją zastąpić kosą, sierpem, lub owczemi nożycami. W jesieni, przed nadejściem mrozów, trzeba trawnik skosić, bo długie źdźbła pod śniegiem ulegają gniciu, i mogą wywołać powstawanie golizn.

Zraszanie trawników jest konieczne nietylko żeby zwarty filc rozpościerających się płytko korzeni zaopatrzyć w wodę, ale również, żeby parująca z ziemi wilgoć nasycała powietrze. Ilość wody, potrzebna do utrzymania w ciągu lata trawnika w świeżości, wynosi zależnie od natury gruntu i warunków atmosferycznych, 0,2 do 0,5 metrów sześciennych. W okresie upałów zraszać należy przed wieczorem, względnie rano, a nieraz dwukrotnie w ciągu dnia, rozbitym strumieniem wody. Gdzie istnieją wodociągi, mogą wyborne usługi oddać opryskiwacze automatyczne, które co jakiś czas wystarczy przenieść z miejsca na miejsce.

Zasilanie trawników można w okresie letnim połączyć z polewaniem, gdy tylko rozpoczynające się żółknięcie trawy zdradza brak pożywienia. Do tego celu nadaje się rozcieńczona wodą gnojówka (1 część na 10 części wody), roztwór saletry chilijskiej (1 gr. na litr wody), lub podobny roztwór mieszanki nawozów pomocniczych, albo zasiłków, używanych w ogrodzie warzywnym.

Daleko intensywniejsze zasilanie trawników odbywa się w okresie jesiennym i zimowym. Więc przed mrozami można rozsypywać drobny przetrawiony nowóz (z inspektów), wyskrobki z obór lub stajen, zeskrobki z podwórza lub z szosy, względnie żyzną ziemię kompostową, jednak ta ostatnia prawie zawsze zanieczyszcza trawniki nasionami chwastów. Takie posypywanie trawników dostarcza im pokarmu i nakrywa korzenie, ulegające obnażeniu wskutek polewania i wskutek wzrostu trawy.

W braku powyższych nawozów jest wskazane rozsiewanie nawozów pomocniczych. Np. na 1 m. kw. trawnika 80 gr. superfosfatu, 80 gr. kainitu, a na wiosnę 20 gr. saletry chilijskiej. W zimie, na zmarzniętą ziemię można wylewać nawet nierozcieńczoną gnojówkę, odchody kloaczne, mydliny, oraz wysypywać popiół drzewny.

Gdy ziemia rozmarznie i obeschnie, trzeba corocznie trawnik mocno zdrapać ostremi żelaznemi grabiami, albo broną, aż zczernieje. Drapanie niszczy i usuwa mech, spulchnia ziemię i miesza z nią rozsypane zasiłki. Po grabieniu trzeba trawnik zwałować lub ubić. Jeżeli trawnik silnie porasta mchem, to można rozsypać dodatkowo przed grabieniem wapno sproszkowane (50 do 100 gr. na mtr), alb kainit (30 do 40 gr. na metr).

W miejscach, gdzie trawa wygniła, wymarzła, albo gdzie zniszczyły ją krety, można ziemię płytko przekopać i obsiać. *W celu zagęszczenia trawników* przerzedzonych wystarczy rozsiać nasienie po wygrabieniu i zawałować.

Pielenie jest czynnością kłopotliwą i kosztowną, ale niezbędną, gdy chodzi o piękny, jednostajny kobierzec. Do usuwania chwastów trzeba przystępować jaknajwcześniej i wycinać je z korzeniami, najlepiej złamanym nożem. Kto dopuści do rozrośnięcia się stokroci, dmuchawca, szczawiku, koniczyny, podbiału i t. p. zielsk, ten przy pieleniu będzie zmuszony porobić w trawniku takie dziury, że dosiewanie okaże się nieuniknione. To też gdzie tylko można, zaleca się oczyszczać ziemię przed urządzeniem trawnika, przekopując ją kilkakrotnie, gdy tylko zielsko się ukazuje. Jeśli jeszcze ziemia nie jest dość czysta, a trzeba ją pokryć trawą, to można obsiać ją samym rajgrasem, jako nasieniem najtańszem, w jesieni ponownie przekopać, wybierając znowu korzenie chwastów, i dopiero wiosną następnego roku obsiać na stałe odpowiednią mieszanką traw.

Cięcie kantów omawialiśmy już w rozdziale o zakładaniu i utrzymywaniu dróg.

Plagą trawników są *krety*. Wprawdzie działalność ich świadczy o obecności pędraków i innych robaków w ziemi, to jednak psują krety powierzchnię trawników w takim stopniu, że tępić, lub przynajmniej wypłaszać je trzeba koniecznie. Czasem wystarcza częste wałowanie trawników, które psuje kretom chodniki, ale nie zawsze to pomaga. Skuteczniejsze jest staranne przekopanie

mian, używanych do tworzenia skupin albo do sadzenia pojedyńczo, lub w małych zespołach, więc ograniczymy się tylko do przytoczenia zasadniczych reguł, radząc usilnie powierzanie obsadzania ogrodów wykwalifikowanym planistom.

Im mniejszy jest obszar ogrodu, tem mniejszy być musi *stosunek ilościowy drzew do krzewów;* często trzeba z drzew rezygnować zupełnie, a zadowolić się samemi krzakami. Jednak w każdej skupinie powinny się znaleźć rośliny wyższe, okazalsze, w otoczeniu słabiej rosnących, mniejszych z natury. Przy tworzeniu małych skupin rośliny wyższe umieszcza się na środku, otacza się je następną kategorją podług wzrostu, a brzegi wypełnia się małymi krzakami. Większych rozmiarów skupiny powinny mieć parę lub kilka wyższych ośrodków, dzięki czemu unika się jednostajnej sylwety kopulastej, lecz otrzymuje się efektowną, urozmaiconą linję łamaną na tle nieba.

Linja brzegowa skupiny również nie powinna być jednostajna, prosta, lecz giąć się, to zbliżając do drogi, to się od niej oddalając, albo wrzynając się raz dalej, raz mniej w płaszczyznę trawnika. Rozmiar tych wygięć musi być dostosowany do wielkości skupiny i roślin, użytych do jej wypełnienia. Zwykle wgłębienia grają rolę partyj ciemnych, a wyskoki plam świetlnych w obrazie.

Nie jest też bynajmniej konieczne, żeby gradacja wielkości użytych roślin była wszędzie przeprowadzana z całą systematycznością, ani żeby koniecznie na obwodzie skupiny musiały wszędzie róść niskie krzewy. Wytwarzałoby to nużącą monotonję. Krzaki półwysokie, lub nawet wysokie, drzewiaste, umieszczone na skraju, wystawione na swobodny dopływ powietrza i promieni słonecznych, rozłożą pięknie swe gałęzie i pokryją się bujnymi liśćmi, więc doskonale mogą wypełnić przestrzeń. Drzewo, wyrastające zpośród gęstwy krzaków, może stanowić cenną ozdobę, jeśli będzie się odznaczało ładnym lub niezwykłym pniem, albo gdy jest ulistnione od samego dołu. Jeśli droga przecina skupinę, to zupełnie naturalnem zjawiskiem będzie brak krzewów we wnętrzu grupy, która, widziana od środka, powinna mieć charakter lasu albo gaju.

ROZWIĄZANIE ZADANIA

Rozwiązanie Zadania Nr. 6. Rola dziecka — pani Zofji Kiszkowskiej z Zambrowa.

1. Poniedziałek. Porządki w jadalnym — porządek w kredensie, oczyszczenie srebra, przetarcie szkła.

Wtorek. Porządki w bibljotece, naprawa uszkodzonych rzeczy.

Środa. Przygotowanie ciasteczek.

Czwartek. Porządki w sypialnym: porządki w szafie, szufladach, oczyszczenie ubrania.

Piątek. Naprawa bielizny, pończoch.

Sobota. Porządki szkolne. Pomoc w przygotowaniach niedzielnych.

Codzień. Pielęgnowanie kwiatów, słanie swego łóżka.

2. Podział współpracy pomiędzy brata i siostrę jest trudny, sądzę, że najlepiej rozdzielić pracę tygodniowo, jednego tygodnia brat ceruje, łata ubranie swe, pomaga w porządkach domowych i naprawia uszkodzone rzeczy, a dziewczynka pielęgnuje kwiaty, przyszykowuje przysmaki i porządkuje bibljotekę. Na drugi tydzień spełnia czynności dziewczynki z pierwszego tygodnia, a ona chłopca.

3. Przed imieninami, lub świętami dzieci mogą pomóc w porządkach domowych, w przyszykowaniu ciast. W dzień imienin lub święta — nakryć do stołu, przybrać stół. Przed wyjazdem na lato pomóc ułożyć rzeczy w szafach, zabezpieczyć od moli, również upakować potrzebne rzeczy do wyjazdu.

Z. Kiszkowska

Uwagi:

Odpowiedź bardzo dobra — nasuwa mi się tylko ta mała uwaga, czy zaczerpnięta jest z praktyki, czy oparta na dobrze przemyślanej teorji.

Dobrze jest jednocześnie wciągać dzieci w systematyczne i umiejętne czynienie zakupów. Szczególnie okazja się nadarza przed wyjazdem na letnisko. Dzieci mogą przygotować spis potrzebnych im rzeczy, aby potem częściowo zakupy poczynić z matką, częściowo zaś zupełnie samodzielnie. Przyzwyczajając się w ten sposób do racjonalnego *rządzenia* się groszem i do *odpowiedzialności* za poczynione wydatki. *Marja Ankiewiczowa*

Wydawca: Tow. Wyd. „BLUSZCZ“
Warszawa, Plac Zamkowy Nr. 9.

Kierowniczka Kursów (Red. Odpow.)
WANDA DOBRZAŃSKA

Druk. Zakł. Graf. Tow. Wyd. „Bluszcz“ — Warszawa, Rymarska 8. Tel. 244-18.